

# **Die Entdeckung des traumartigen Bewusstseins im Rahmen der Bindungsanalyse**

**Ludwig Janus**

## **Vorgeschichte**

Was heute so selbstverständlich als eine durchdachte und ausgearbeitete Methode zur Förderung der Beziehung zwischen Mutter und Kind vor der Geburt vor uns steht, hat eine längere Vorgeschichte, die erzählt werden muss, um die grundsätzliche Bedeutung dieser Methode zu erkennen. Die Geschichte beginnt mit dem Berufseinstieg des jungen Psychologen Jenő Raffai mit der Arbeit in einer psychiatrischen Klinik für Jugendliche mit einer schizophrenen Erkrankung im Jahre 1986. Solche Patienten in ihrer existenziellen Not eines Hin-und-her-Schwankens zwischen der äußeren Realität und einem archaischen traumartigen Erleben, das sie immer wieder überwältigt und ihren Kontakt zu ihrer Lebensrealität auflöst, hat etwas zutiefst Bewegendes und auch Faszinierendes. Ich kann mir gut vorstellen, wie Jenő Raffai, mit seinem rein theoretischen Wissen von der Universität eigentlich ganz unvorbereitet in den Bann der seelischen Not und Wirklichkeit dieser Jugendlichen gezogen wurde. Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass die Not dieser Menschen etwas Erschütterndes hat. In einer scheinbar sicheren Welt werden sie von einem archaischen traumartigen bedrohlichen Erleben heimgesucht, das ihnen als die eigentliche Wirklichkeit erscheint, der gegenüber die äußere Wirklichkeit kaum Bedeutung hat. Indem Jenő Raffai den Patienten mit großer Geduld und Einfühlung genau folgte, konnte er auch ihre Hinweise auf den eigentlichen Hintergrund ihrer Not verstehen, während im üblichen psychiatrischen Umgang mit solchen Patienten durch deren diagnostische Einordnung als Schizophrene eine Distanz hergestellt wird, die eine Einfühlung und ein Verstehen von deren Erleben verhindert und blockiert. Ihr Erleben wird als "psychotisch" kategorisiert und ist damit auf einer medizinischen Ebene äußerlich „verstanden“, aber eben nicht innerlich. Den eigentlichen Hinweis auf den Hintergrund dieses Erlebens gewann Jenő Raffai durch einen Patienten, der sich intensiv wünschte, in seinen Körper aufgenommen zu werden, um sich dort nachentwickeln zu können und dann gesund noch einmal geboren werden zu

können. Die Intensität dieses Wunsches, den der medizinisch ausgebildete Psychiater eben als typisch „schizophren“ oder als „verrückt“ eingeordnet hätte, führte Jenö Raffai dazu, ihn wirklich ernst zu nehmen: er verstand, dass der Patient in ihm noch einmal in seinen Mutter-leib zurückkehren wollte, um die bedrohlichen Schreckenserfahrungen im Leib seiner unglücklichen Mutter nachträglich in einer symbolischen Schwangerschaft im Leib eines als zugewandt, wohlwollend und ausgeglichen erlebten Therapeuten gewissermaßen verdauen zu können, um dann auch wirklich seelisch ganz geboren zu werden. Die archaische Angst im Leib einer Mutter, die aus eigener Unreife oder auch einer unglücklichen Lebenssituation heraus ihr Kind nicht wollte und darum keine innere Beziehung zu ihm aufbauen wollte, hatte der Patient bei seiner Geburt als elementare Last mit in sein Leben genommen. Im Schutz der Abhängigkeit des Kindes von seinen Eltern konnte er diese Last verdrängen. Der Reifungsprozess der Pubertät verlangt aber von jedem, sich in seinem eigenen Ursprung zu verankern und der Ursprung des Patienten war eben durch die Ablehnung und Nichtbeziehung mit Angst und Schrecken belastet, wodurch der Patient innerlich überwältigt wurde. Darum die Fantasie und der Wunsch, in einer erneuten Schwangerschaft im Leib des wohlmeinenden Therapeuten seine ursprüngliche Angst und Verlassenheit nachträglich verarbeiten zu können. Jenö Raffai konnte mehrfach die Erfahrung machen, dass sein tiefes Verstehen der Not der Patienten und seine Bereitschaft sich für eine solche nachträgliche Verdauung unverarbeiteter archaischer Ängste aus seiner vorgeburtlichen Erfahrung seelisch zur Verfügung zu stellen, den Klienten zu einer wirklichen Nachentwicklung verhalf, sodass sie Angst und Schrecken hinter sich lassen und sich auf eine hoffnungsvolle Ankunft in dieser Welt einlassen konnten.

Zu der Zeit, als Jenö Raffai diese Zusammenhänge verstand, war ein solches Verstehen völlig unbekannt, und er stand damit ganz allein, wurde aber getragen durch die Authentizität des Erlebens der Patienten und konnte deshalb seine „Entdeckung“ auch in wissenschaftlichen Artikeln formulieren (Raffai 1991), und zwar im Kreise der damals gerade im Entstehen begriffenen Pränatalen Psychologie, die in der „Internationalen Gesellschaft für pränatale und perinatale Psychologie und Medizin“ (ISPPM) gerade ein wissenschaftliches Forum zum Verständnis der Erlebnis Bedeutung vorgeburtlicher und geburtlicher Erfahrung aufgebaut hatte. In den neunziger Jahren führte ich Heidelberg jährliche Tagungen zu verschiedenen Themen der Pränatalen Psychologie durch. Jenö Raffai hatte davon gehört und sich mit einem Vortrag angemeldet (Raffai 1991). Glücklicherweise hatte er auf dem Gymnasium Deutsch gelernt, sodass er seine Einsichten aus der Behandlung mit schizophrenen Jugendlichen auf Deutsch vortragen konnte. Ich erinnere

seinen Vortrag noch sehr genau: alle Anwesenden waren zutiefst beeindruckt von seiner Darstellung, die etwas zum Ausdruck brachte, was in diesem Kreise alle schon geahnt hatten, aber noch nicht mit dieser Klarheit formulieren konnten. Zum weiteren Verständnis muss ich noch einmal zurückgehen.

Parallel zu seiner Arbeit in der psychiatrischen Klinik für jugendliche Schizophrene hatte nämlich Jenő Raffai im Rahmen seiner psychoanalytischen Ausbildung eine Lehranalyse bei dem bekannten Psychoanalytiker György Hidas aufgenommen, die in dem klassischen Modus von vier Sitzungen in einer Woche erfolgte. Und in dieser Analyse kam es nach einiger Zeit zu einer merkwürdigen und zunächst nicht verstandenen existenziellen Vertiefung des Erlebens in einer traumartigen Weise, in der Jenő Raffai eine innere leidvolle Verlassenheit und Angst von ungeheurem Ausmaß erlebte, die ihn vollständig in seinen Bann zog. Die innere Stärke und tiefe Menschlichkeit von György Hidas machte es möglich, dass er seinem Analysanden einen tragenden Raum für dieses Erleben zu Verfügung stellen konnte und ihn nicht etwa, als "zu gestört" abgewiesen hätte. Weil diese existenzielle Schreckenserfahrung zugelassen werden konnte, konnten beide miteinander allmählich herausfinden, dass es sich dabei um ein Wiedererleben überwältigender vorgeburtlicher Verlassenheit und Angst handelte, die damit in die innere Wahrnehmung kommen konnte, was eine nachträgliche Reflexion und Verarbeitung ermöglichte. Beiden war klar, dass es sich um eine grundsätzliche Erweiterung menschlicher Erlebenswirklichkeit handelte, die eine ganz neue Einsicht in die Bedeutung der vorgeburtlichen Mutter-Kind-Beziehung darstellte. Und diese Einsicht ist heute immer noch so neu, wie sie es damals war. So berichtete Kollege von mir von seiner Arbeit in der Psychiatrie, dass er die Beobachtung gemacht hätte, dass alle Patienten dort mehr oder weniger starke vorgeburtliche traumatische Erfahrungen gemacht hätten und deren Nachwirkungen ihrer psychiatrischen Symptomatik begründete. Als ich fragte, ob ich ihn mit dieser Aussage zitieren dürfe, hat er mir dies strikt verboten, weil er Angst hatte, in berufliche Schwierigkeiten zu geraten. Weil diese Aussage und Einsicht immer noch im völligen Widerspruch zur sogenannten Fachmeinung steht, befürchtete er, sich damit als Einzelner unmöglich zu machen und berufliche Nachteile zu bekommen.

Die beschriebene beruflichen Erfahrung von Jenő Raffai mit den jugendlichen Schizophrenen und ihren Fantasien von einer Rückkehr in den Mutterleib zur Nachentwicklung standen in Wechselwirkung mit den Einsichten in der psychoanalytischen Situation und führten zu einem ersten Plan zur Unterstützung der werdenden Mütter mit ihren Kindern, um solchen tragischen Entwicklungen, wie er sei bei seinen Patienten erlebt hatte vorzubeugen.

### **Ein erster gescheiterter Plan**

Die logische Schlussfolgerung aus den geschilderten Einsichten war, die werdenden Mütter und mit ihnen die Väter in ihrer Beziehung zum werdenden Kind zu unterstützen. Dabei dachte Raffai zuerst noch an eine äußere Unterstützung, da häufig die äußere Not die werdenden Eltern daran hindern kann, zu ihrem Kind von Anfang an eine Beziehung aufzunehmen. Deshalb plante er eine „Stiftung zur Unterstützung werdender Mütter“. Er wandte sich mit diesem Plan vertrauensvoll an mich als einen Bürger, der aus ungarischer Sicht im westlichen unermesslichen Wohlstand lebte. Wie vielleicht nachvollziehbar, musste ich ihn als mit dem begrenzten Einkommen eines Psychotherapeuten und einer großen Familie da leider enttäuschen, und auch sonstige Bemühungen in Richtung Schweiz, wo er eigentlich mit mehr Berechtigung großen Reichtum vermutete, blieben erfolglos, weil zur damaligen Zeit und eben leider auch heute noch weithin für seine Einsichten keinerlei Verständnis bestand. Im Gegenteil, man reagierte mit Befremden.

So gibt es in Deutschland eine Gruppe von psychoanalytischen Psychotherapeuten, die sich für eine psychotherapeutische Begleitung von schizophren Erkrankten einsetzen. Alle meine Bemühungen, diesen Kollegen etwas von der aus der Pränatalen Psychologie kommenden Einsicht über die Bedeutung der Qualität der vorgeburtlichen Beziehung für die weitere Entwicklung zu vermitteln, blieben vergeblich. So krass ist die Situation heute noch. Das macht verständlich, dass dieser erste Plan scheitern musste. Das Scheitern ermöglichte jedoch eine tiefe Besinnung, dass es nicht so sehr um die äußere Unterstützung ging, sondern um eine innere Unterstützung, wie sie Jenő Raffai in seiner Analyse bei György Hidas erfahren hatte. Als die beiden dies realisierten, wurde aus der vorherigen Beziehung von Analysand und Analytiker die Beziehung von zwei gleichberechtigten Kollegen, die gemeinsam einen Rahmen für einen solchen Raum zur Förderung der vorgeburtlichen Mutter-Kind-Beziehung entwickeln. Das führte zu einem zweiten Plan der Realisierung einer vermittelbaren Methode wie sie uns heute als „Bindungsanalyse“ zur Verfügung steht.

### **Ein zweiter erfolgreicher Plan**

Aus der tiefen Sicherheit der Erfahrung mit den schizophrenen Jugendlichen und der eigenen Erfahrung in der analytischen Situation gewannen die beiden die Stärke, sich auf dieses kreative Abenteuer einer seelischen Unterstützung werdender Mütter einzulassen. Vorbild der für den äußeren Rahmen war dabei die analytische Couchsituation. Doch ging es

nicht um die Erforschung des Fortlebens von Kindheitserfahrungen im Klienten, sondern um die Erkundung der vorgeburtlichen Beziehung zwischen Mutter und Kind und damit das Betreten eines bis dahin nicht nur „unbekannten Kontinents“ sondern auch eines bis dahin und bis heute immer noch weitgehend verleugneten Kontinents und damit aber gleichzeitig einer inneren Wirklichkeit von uns allen, weil wir alle Bewohner dieses Kontinents waren und er uns deshalb auf einer tiefen Schicht des Empfindens und Fühlens unvertraut ist, aber in einer absolut vorsprachlichen und in der rechten Hemisphäre des Gehirns gespeicherten Wirklichkeit, die uns erst einmal von unserer linkshirnisch und sprachlich lokalisierten Erwachsenenmentalität primär unzugänglich erscheint. Es geht dabei um Erfahrungen, die in uns nicht auf einer symbolischen Ebene gespeichert sind, wie sie in der üblichen Psychotherapie erforscht wird, sondern um Erfahrungen auf einer leibnahen Ebene von Empfindungen, Gefühlen, Gestimmtheiten und bildhaftem Erleben, dass ich wegen seiner Ähnlichkeit mit dem Erleben in Träumen als ein „traumartiges Erleben“ bezeichnen möchte. In der Praxis geht es also darum, die Frauen dazu anzuregen, sich auf dieses vorsprachliche Erleben einzulassen und es in sich lebendig werden zu lassen. Die Funktion der Begleitung bestand darin, hierzu zu ermutigen und speziell auch dazu zu ermutigen, schwierige Erfahrungen aus der eigenen Vorgeschichte, die bei dem inneren Erleben auftauchen konnten, zuzulassen.

Hidas und Raffai nannten die Methode aus ihrem psychoanalytischen Hintergrund her „Bindungsanalyse“, wobei ich die Bezeichnung "Förderung der vorgeburtlichen Mutter-Kind-Beziehung" für inhaltlich genauer halte. Bei Freud hatte der Ausdruck Analyse eigentlich die Bedeutung von Verstehen durch Zergliederung, in Anlehnung an das Verständnis von chemischen Vorgängen. Der Name „Analyse“ sollte dadurch seiner Methode die Würde eines wissenschaftlichen Verfahrens bekommen. Die Abstraktheit des Begriffs der Analyse verdeckte die Tatsache, dass es eigentlich um ein Verstehen und wiederverbinden ging. Durch den Terminus Analyse stand das Zergliedern ganz im Vordergrund und Freud war der Meinung, die dann eigentlich notwendige „Synthese“ mache sich von selbst. Wir wissen heute, dass das zu sehr am Verstand orientiert gedacht war, weil die Synthese sich eben nicht von selbst macht, sondern nur im unterstützenden Raum einer vertrauenden Beziehung geschehen kann. Diese Widersprüchlichkeit in der analytischen Terminologie spiegelt sich in dem etwas widersprüchlichen Begriff der „Bindungsanalyse“, bei der es eigentlich um ein Sich-seelisch-Verbinden von Mutter und Kind im Rahmen einer zugewandten und unterstützenden Beziehung durch den sogenannten „Bindungsanalytiker“ geht.

Hidas und Raffai machten die Erfahrung, dass mit dieser Situation, wo sie den Frauen dazu anregten, in ihr Inneres Gefühl hineinzugehen und Kontakt zu ihrem Kind aufzunehmen, eine Goldader eröffnet hatten, und es zu ganz wunderbaren erfüllenden Beziehungserfahrungen zwischen Mutter und Kind auf einer vorsprachlichen ganzheitlichen Ebene kam, wie sie das in ihrem Buch "Nabelschnur der Seele" (2006) mit vielen Beispielen geschildert haben. Es wurde in diesem Rahmen also ein kreativeres Potenzial von Beziehungsfähigkeit und Beziehungswirklichkeit zwischen Mutter und Kind in der vorgeburtlichen Zeit lebendig gemacht, das aus unseren geschichtlich gewordenen rationalen und patriarchalen Einstellungen unzugänglich geworden war.

In dieser Situation wurden aber auch schwierige Erfahrungen aus der eigenen vorgeburtlichen Zeit der Mutter und schwierige Erfahrungen aus der Geburt und der frühen Mutterbeziehung nach der Geburt wieder lebendig. Das Erstaunliche war, dass die Frauen in der Lage waren, sehr wohl zwischen diesen eigenen Erfahrungen und den Erfahrung mit ihrem Kind zu unterscheiden. Dies ist in den vielen Fallgeschichten im Rahmen der Bindungsanalyse dokumentiert. Hatten Hidas und Raffai nun diese Methode in ihrer Kooperation in der Praxis und in der Theorie entwickelt, ging es nun um die praktische Umsetzung und Vermittlung in einem weiteren Rahmen. Dies geschah in wesentlicher Hinsicht in Heideberg im Rahmen der dort stattfindenden Kurse und in Köln im Rahmen der dort stattfindenden Tagungen.

### **Die Umsetzung des zweiten Plans**

Für die Umsetzung und Vermittlung ihrer Methode wandten sie sich nun wieder an mich, der in der damaligen Zeit im Rahmen der von mir in Heidelberg durchgeführten Tagungen zur Pränatalen Psychologie ein Forum für den wissenschaftlichen Austausch geschaffen hatte. Da schien es nur natürlich, die Umsetzung und Vermittlung ihrer Methode der Förderung der vorgeburtlichen Mutter-Kind-Beziehung hier anzusiedeln. Glücklicherweise war es so, dass nicht nur Jenő Raffai Deutsch konnte, sondern ebenso György Hidas, weil zu seiner Zeit die Mehrzahl der psychoanalytischen Schriften noch in Deutsch verfasst waren, und er deshalb als Psychoanalytiker darauf angewiesen war, sich diese Sprache anzueignen. Die Voraussetzungen waren also gegeben, doch nun ging es darum, innerhalb der deutschen Kollegen und Kolleginnen ein Interesse für diese so potenzial-reiche Methode zu entwickeln. Eigentlich sollte sie sich zunächst an Psychoanalytiker wenden. Diese waren aber und sind es weithin immer noch auf die Vorgaben der Psychoanalyse Freuds und später Melanie Kleins bezogen, in deren Rahmen die pränatalen und perinatalen Aspekte nur

marginal erschienen und in ihrer wirklichen Bedeutung unbekannt waren. Doch gab es einige wenige wie Edeltrud Meistermann-Seeger in Köln und ihre Schülerin und Mitarbeiterin Helga Blazy, die auf dem Hintergrund der Psychoanalyse Michael Balints für diese Erweiterung des Verstehens weit offen waren. In Heidelberg war es der Psychoanalytiker Gerhard Schroth, der ein Motor für die Etablierung einer Ausbildung in der neuen Methode war, die er später auch in die USA vermittelte (Schroth 2020).

Es dauerte dann ein paar Jahre bis 2004 die erste Ausbildungsgruppe in Heidelberg zustande kam. Dabei zeigten nur ganz wenige Psychoanalytiker wie Ursula Volz-Boers ein Interesse an diesem Angebot. Mehrheitlich waren die Teilnehmerinnen und wenigen Teilnehmer tiefenpsychologische Psychotherapeuten, Hebammen, Frauenärztin-nen, und Schwangerschaftsberaterinnen. Aber es zeigte sich, dass sich die unterschiedlichen Kompetenzen aus diesen verschiedenen beruflichen Feldern in einer kreativen Weise im Rahmen der Ausbildung ergänzten, die aus 19 Wochenenden jeweils von Samstag Mittag bis Sonntagnachmittag bestand, zu denen Jenő Raffai aus Budapest nach Frankfurt einflog, wo ich ihn mit der ersten Zeit auch immer mit dem Auto abholte. Später war er dann mit den Bedingungen so vertraut, dass er mit einem Bus von Frankfurt nach Heidelberg kam. Ich war damals als ein früherer Leiter des psychoanalytischen Instituts (IPP) als Person so akzeptiert, dass die Ausbildung in den Räumen des Instituts stattfinden konnte. Ich fungierte dabei als Organisator und Moderator, so das Jenő die Ruhe und den Raum hatte, die Methode in seiner sehr übersichtlichen Weise vermitteln konnte. Später fanden dann auch noch Weiterbildungen in Köln und in Wien statt.

Dabei fügte es sich glücklich, dass Helga Blazy die Energie und die Möglichkeit hatte, alle zwei Jahre in Köln Tagungen zu verschiedenen Themen der Bindungsanalyse durchzuführen, die in den von ihr veröffentlichten Tagungsbänden dokumentiert sind (Blazy 2009, 2012, 2014, 2016). Hilfreich war ebenfalls der Kontakt zur ISPPPM, der „International Society for Prenatal and Perinatal Psychology und Medicine“, langjähriger Präsident damals war, sodass die „Bindungsanalyse“ auch in diesem Rahmen fest verankert war und Jenő Raffai und György Hidas auch im Jahre 2002 einen großen Kongress für die ISPPM in Budapest ausrichtete. All diese Initiativen hatten auch eine positive Rückwirkung auf die Vermittlung der Bindungsanalyse in Ungarn, wo eine nationale Gesellschaft für Pränatale Psychologie entstanden war und die Bindungsanalyse auch ein zunehmendes Echo fand, zunächst ganz im Rahmen der Praxis und später auch im Rahmen einer Weiterbildung.

Durch den tragischen Tod von Jenő Raffai im Jahre 2015 (György Hidas war schon 2012 gestorben) kam es zu einer Veränderung in der Form, dass ein sogenannte Gremium

bestehend aus Helga Blazy, Ursula Volz-Boers, Gerhard Schroth und mir die Verantwortung für die Fortführung der Vermittlung der Bindungsanalyse übernahm und auch eine Weiterbildung für „Ausbilder für Bindungsanalyse“ realisierte. Ein besonderes Verdienst ist die Veröffentlichung der Vorträge, die Jenő Raffai auf den Tagungen in Köln gehalten hatte, durch Helga Blazy im Heidelberger Mattes Verlag im Jahre 2015. Sie sind so etwas wie eine Grundlegung des Essentials der Bindungsanalyse.

Auf dem Hintergrund dieser Initiativen hatte sich die stattliche Gruppe von ca. 100 BindungsanalytikerInnen in Deutschland und Österreich gebildet ([www.bindungsanalyse.de](http://www.bindungsanalyse.de), [www.bindungsanalyse.at](http://www.bindungsanalyse.at)), sodass es in diesem Jahr in Köln zur Gründung der „Gesellschaft für Bindungsanalyse nach Hidas und Raffai“ kam. Und glückliche Verbindungen zwischen Warschau und Köln führten dazu, dass jetzt auch in Warschau im Rahmen dieser Tagung die Methode der Bindungsanalyse vermittelt werden kann.

Nach dieser langen Einleitung will ich nun noch zu dem im Titel angekündigten Thema der „Entdeckung des traumartigen Bewusstseins im Rahmen der Bindungsanalyse“ zurückkehren und dies auf eine mehr theoretischen Ebene darstellen.

### **Vorbemerkung**

Die Methode zur Förderung der vorgeburtlichen Mutter-Kind-Beziehung, die ihre Schöpfer Gyögy Hidas und Jenő Raffai (2006) „Bindungsanalyse“ genannt haben, nützt unser natürliches Potenzial zu einer traumartigen Kommunikation und einem traumartigen Bewusstsein zwischen der werdenden Mutter und ihrem Kind in der vorgeburtlichen Zeit, das uns aus unserer rationalen Mentalität heraus nicht unmittelbar zugänglich erscheint. Dadurch wurde klar, wie bedeutsam diese erste Lebensphase für die spätere Persönlichkeits- und Beziehungsentwicklung ist und wie präsent diese Erfahrungen im Hintergrund unseres späteren Lebens sind (Janus 2016). Das führte zu der Einsicht, wie wesentlich eine Unterstützung der Mütter in der Beziehung zu ihrem Kind für dessen weitere Entwicklung ist. Zwei Beispiele sollen den traumartigen Charakter dieser Beziehung zeigen.

### **Beispiele des Erlebens der Mütter mit ihrem Kind im bindungsanalytischen Setting aus dem Buch „Nabelschnur der Seele“ von Hidas und Raffai (2006)**

“Mir gelangt es relativ schnell, mit meinem Baby in Kontakt zu treten. Es funktionierte bereits beim dritten Mal. Es war immer sehr eigenartig. Es kommt einem so vor, als würde man träumen – so ungefähr kommen die Bilder. Übrigens kann ich mir während der Stunde, während die Bilder kommen, aussuchen, ob ich das, was ich sehe und empfinde, sofort in Worte fassen will, oder ob ich erst am Ende der Stunde, sozusagen in einem Stück, erzähle,

was zwischen uns passiert ist. Für mich war es leichter, es sofort zu erzählen. Mir sind die Mitteilungen während unseres Kontaktes wie ein Zeichentrickfilm vorgekommen. Ich weiß aber, dass es nicht bei jedem gleich ist, weil mir andere Schwangere von ihren Erfahrungen erzählt haben. Also in meinem „Film“ war meine Gebärmutter eine kleine Wohnung. Sie hatte Fenster und drinnen hingen Lüster – daran konnte sich mein Baby festhalten und schaukeln. Einmal spürte ich, obwohl es das nicht ausgesprochen hat, dass es hungrig ist. Ich fragte es, ob ich das richtig verstanden habe – und es bestätigte, dass es wirk-lich so wäre. Daraufhin kamen kleine Männchen in karierten Hosen und brachten auf Tablets speisen. Solche ganz konkreten... Zeichentrickfilmszenen habe ich gesehen“ (S. 117 ).

Und noch ein anderes Beispiel: „Als es uns endlich gelang, in Verbindung zu treten, da war .... da habe ich losgeheult ... wenn ich nur daran denke, bin ich jetzt noch ganz gerührt! Ich glaube, damals habe ich geweint, weil das Ganze so unglaublich war, dass wir es wirklich geschafft hatten, in Kontakt zu treten. In mir tauchten andere Gefühle auf, als ich in den Artikeln gelesen hatte. Eine Menge an Gefühlen ... Wärme durchströmte mich, ein angenehmes, sehr gutes Gefühl, es war einfach unglaublich. Übrigens hat er oft Verstecken gespielt, auch damals, als wir das erste Mal in Verbindung traten, und es kam oft vor, dass er überhaupt nicht bereit war zu kommunizieren. Es ist auch vorgekommen, dass wir zwar den Kontakt fanden, aber ... also, obwohl dieser Kontakt vorhanden war, ist die Kommunikation nicht ständig gelaufen“ (S. 138).

Und noch ein letztes Beispiel: “Oft fühlte ich mich in der Stunde so, als wäre ich selbst ein Fetus. Während ich mich also entspannte und mich fallen ließ, tauchten in mir die Bilder auf – ich befand mich in einem riesigen Raum oder einer Halle und kauerte in einer Ecke, wie ein winzig kleines Wesen in der großen Welt. Es ging mir nicht gut, ich hatte das Gefühl, verlassen zu sein, meistens bekam ich dabei Kopfweg und entfloh aus dieser Situation. Es ist vorstellbar, dass ich meine eigenen fötalen Erlebnisse verarbeitete“ (S. 188).

Ich will es bei diesen drei Beispielen belassen. Sie sollen den traumartigen Charakter dieses vorgeburtlichen Erlebens zwischen Mutter und Kind illustrieren, der einer-seits einen fantastischen Charakter mit Elementen aus späterem Erleben hat und in dem sich gleichzeitig ganz konkrete Beziehungswirklichkeit spiegelt. Von hier aus möchte ich nun zu weiteren Zusammenhängen übergehen, zunächst zum Erinnerungscharakter der Mythen, in denen sich der traumartige Charakter des vorsprachliche Erleben widerspiegelt (Janus 2021a).

### **Die Wurzeln der Mythen im frühen traumartigen Erleben**

Aus der Sicht der Pränatalen Psychologie spiegeln sich in den Mythen traumartige

Erinnerungen aus dem vorsprachlichen Erlebens im Verein mit Elementen des späteren realistischen Erlebens und der sozialen Wirklichkeit. Aus heutiger Sicht lebt der mythische Mensch noch weitgehend in Projektionen, das heißt, seine Gefühlsregungen erscheinen ihm als imaginative Bilder (Jaynes 1993), womit er im heutigen Verständnis einer kindlichen Lebens- und Weltauffassung nahesteht, in der wegen der Unreife bei der Geburt innen und außen noch nicht klar unterschieden werden können (Portmann 1969, Janus 2018a). Von innen kommende Gefühle können imaginativ als von außen kommend erlebt werden und äußere Wirklichkeit kann Spiegel innerer Gefühle und Befindlichkeiten wahrgenommen werden (Janus 2020a, 2020b). In den Mythen bilden sich für alle ähnliche traumartige Urerfahrung aus der vorsprachlichen Zeit ab.

Unmittelbar plausibel ist es, die Vorstellungen vom Himmel als einem Ort der Wonne mit einer Projektion von guten vorgeburtlichen Zuständen in Verbindung zu bringen. Eben die Erfahrung der pränatalen Zeit verleiht die innere Überzeugung, dass es einen solchen Ort gibt, an dem die Seligen wohnen. Hier fällt die Himmelsvorstellung mit der Paradiesvorstellung zusammen – woher die Menschen kommen, dorthin kehren sie auch wieder zurück. Umgekehrt sind die mythischen Höllenvorstellungen projektive Symbolisierungen negativer Erfahrungen in der Gebärmutter.

### **Die Präsenz des vorgeburtlichen und geburtlichen Erlebens im gesellschaftlichen und politischen Geschehen**

Die Pränatale Psychologie befindet sich in Bezug auf soziale Vorgänge noch ganz in spekulativen Anfängen. Trotzdem kann schon jetzt festgehalten werden, dass soziokulturelle Prozesse ganz wesentlich auch von prä- und perinatalen traumartigen Erlebnisprojektionen bestimmt sind (DeMause 2000). Es ist so, dass in den frühen Großgruppenbildungen der Ackerbaukulturen der soziale Zusammenhalt, der durch die instinktive soziale Regulation aus der Erbe der relativ kleinen Primatengruppen, wo jeder jeden kannte, nicht mehr gegeben war. Dieser Mangel wurde dann in den matrifokalen Kulturen der Jungsteinzeit durch einen gemeinsamen und sozial vereinbarten Bezug auf frühe vorgeburtliche und nachgeburtliche traumartige Muttergefühle im Bild der „Großen Göttin“ kompensiert. Das gilt auch noch für die aus dem traumartigen Erleben stammenden Vatergefühle und deren Widerspiegelung in den männlichen Göttern. Über den Rückbezug aus diese vorsprachlichen traumartigen Elterngefühle waren die Menschen in der Lage, große kulturelle Einheiten zu bilden, die weit über die instinktiv vorgegebene soziale Regulation in einer Horde oder kleinen Gruppe hinausgingen, wo man sich untereinander kannte.

Nun kann man die weitere Kulturgeschichte wesentlich durch Versuche bestimmt sehen, einerseits den sozialen Zusammenhalt durch die Suggestion vorgeburtlicher Geborgenheit zu sichern, gleichzeitig aber die Handlungsstrukturen in diesem Rahmen immer rationaler und flexibler zu gestalten. Voraussetzung dazu ist ein zunehmende Verinnerlichung der früher projizierten Gefühle, also eine innere Regulation der Gefühle und Befindlichkeiten im Gegensatz zu eine Gefühlsregulation über äußere Autoritäten und Mächte, was erst eine Verantwortlichkeit und persönliche Reife im modernen Sinne ermöglicht (Janus 2008, 2913, 2018b). Um eine solche Reife zur befördern kommt der Bindungsanalyse eine besondere Bedeutung zu: indem die Mutter und auch der Vater schon vor der Geburt mit ihrem Kind in eine innere Beziehung treten, ermöglichen sie ihm, die Transformation der Geburt in einer inneren Kohärenz und Beziehung mit der Mutter zu bewältigen. Und das kann dann ein Vorbild für die im späteren Leben immer wieder geforderten Transformationen sein und so eine echte Individuation ermöglichen.

### **Zusammenfassende Bemerkungen**

Mit diesen Überlegungen zur Präsenz des traumartigen Erlebens aus der frühesten vorsprachlichen Zeit im mythischen Erleben und im gesellschaftlichen Geschehen möchte ich auf die grundsätzliche Bedeutung der Bindungsanalyse hinweisen, weil sie die Wirklichkeit einer primären Schicht des Erlebens in der vorgeburtlichen Zeit zwischen Mutter und Kind erschließt und der Reflexion zugänglich macht. Dadurch wird deutlich, dass diese primäre Erlebnisschicht unser Erleben und Handeln auf der individuellen Ebene und eben auch auf der gesellschaftlichen und kulturellen Ebene zutiefst beeinflusst. Die vorsprachlichen Hintergründe unseres erwachsenen Erlebens werden danach in der Kunst und Literatur des 20. Jahrhunderts erschlossen (Evertz, Janus 2003, Janus, Evertz 2008). Auf einer psychologischen Ebene geschieht dies im Rahmen der „Pränatalen Psychologie“ in Form einer Hintergrundtradition in der Psychoanalyse und dann ausgeprägter im Rahmen der „Humanistischen Psychologie“ (Janus 2000, Evertz, Janus, Linder 2020).

Eine Reflexion dieser Zusammenhänge befindet sich im Rahmen der sehr rationalen und auch patriarchalen Mentalität unserer Zeit immer noch erst am Rande der gesellschaftlichen Wahrnehmung. Doch besitzen gerade die Erfahrungen aus der Bindungsanalyse wegen ihrer ungemeinen praktischen und menschlichen Evidenz das Potenzial auch der Öffentlichkeit die Erlebniswirksamkeit frühester vorsprachlicher Erfahrungen näher zu bringen. Das würde dem Verständnis des politischen, gesellschaftlichen und kulturellen Geschehens eine ganz neue Dimension erschließen. Was heute im politischen Geschehen noch

weitgehend irrational erscheint, kann auf diesem Hintergrund reflektiert werden, woraus sich ganz neue Handlungsperspektiven ergeben würden (DeMause 2005, Janus 2011b, 2018a, 2020c, 2021a).

Insbesondere wird die Bedeutung der Qualität der Elternschaft für die Friedensfähigkeit und Konfliktfähigkeit einer Gesellschaft deutlich und damit auch die Notwendigkeit, die nächste Generation in ganz anderer Weise auf diese Herausforderung vorzubereiten als dies bisher geschah, um zukünftige Eltern dazu zu befähigen, ihre Kindern in einer wirklich bezogenen und einfühlsamen Weise von Anfang emotional zu begleiten und ihnen damit einen Raum für ihre emotionale und kognitive Entwicklung und damit eine Reife zu ermöglichen, aus der heraus sie den Herausforderungen der Zukunft begegnen können (Grille 2005, Janus 2010, 2018b, Axness 2012, Sansone 2021).

## **Literatur**

Axness M (2012) Parenting for Peace. Sentient Pbl., Boulder, CO, USA.

Blazy H (Hg.) (2009) Wie wenn man eine innere Stimme hört. Mattes, Heidelberg.

Blazy H (Hg.) (2012) „Gespräche im Innenraum«. Intrauterine Verständigung zwischen Mutter und Kind.“ Mattes, Heidelberg.

Blazy H (Hg.) (2014) „Und Anfang riesige Räume ... und dort erschien das Baby.“ Mattes, Heidelberg.

Blazy H (2015) Jenő Raffai – Gesammelte Aufsätze. Mattes, Heidelberg.

Blazy H (Hg.) (2016) „Der Neuland Seefahrer“. Mattes, Heidelberg.

DeMause L (1996) Restaging fetal traumas in war and social violence. In Int J of Prenatal and Perinatal Psychology and Medicine 8, 171–212 (auch Download von [www.Ludwig-Janus.de](http://www.Ludwig-Janus.de)).

DeMause L (2000) Fötale Ursprünge der Geschichte. In: Psychohistorie. Psychosozial, Gießen. S. 322-434.

Evertz K, Janus L (2003) (Hg.) Kunstanalyse. Mattes, Heidelberg.

Evertz K, Janus L, Linder R (2020) (eds.) Handbook of Prenatal and Perinatal Psychology. Springer, New York.

Grille R (2005) Parenting for a Peaceful World. Longueville Media, Alexandria, Australia.

Hidas G, Raffai J (2006) Die Nabelschnur der Seele. Psychosozial, Gießen.

Janus L (2000) Die Psychoanalyse der vorgeburtlichen Zeit und der Geburt. Psychosozial, Gießen.

Janus L (2008) Menschheitsgeschichte als psychologischer Entwicklungsprozess. Mattes, Heidelberg.

- Janus L (2010) Über Grundlagen und Notwendigkeit der Förderung der Elternkompetenz. In: Völlmicke E, Brudermüller G (Hg.) Familie – ein öffentliches Gut. Königshausen und Neumann, Würzburg. S. 207-218.
- Janus L (2011a) Wie die Seele entsteht. Mattes, Heidelberg.
- Janus L (2011b) 25 Jahre „Deutsche Gesellschaft für Psychohistorische Forschung“. In: Langendorf U, Kurth W, Reiß H, Egloff G (Hg.) Wurzeln und Barrieren von Bezogenheit. Jahrbuch für Psychohistorische Forschung 12. Mattes, Heidelberg. S. 329-346.
- Janus L (Hg.) (2013) Grundlinien einer Tiefenpsychologie der Mentalitätsentwicklung. In: Die Psychologie der Mentalitätsentwicklung – vom archaischen zum modernen Bewusstsein. LIT Verlag, Münster. S. 53-66.
- Janus L (2016) Die prä- und perinatale Zeit des Lebens (-9 Monate bis 0 Monate/Geburt). In: Poscheschnik G, Traxl B (Hg.) Handbuch Psychoanalytische Entwicklungswissenschaft. Psychosozial, Gießen. S. 241-262.
- Janus L (2018a) Homo foetalis et sapiens. Das Wechselspiel zwischen dem fötalen Erleben mit den Primateninstinkten und dem Verstand als Wesenskern des Menschen. Mattes, Heidelberg.
- Janus L (2018b) Psychohistorische Überlegungen zur Herauentwicklung aus dem „Schlachthaus der Geschichte“. In: Knoch H, Kurth W, Reiß H (Hg.) Gewalt und Trauma. Mattes, Heidelberg. S. 253-280.
- Janus L (2020a) Psychodynamik der projektiven Gefühlsregulation. In: Grundstrukturen menschlichen Seins: Unfertig - Werdend - Kreativ. Psychologische Ergänzungen zu Ontologie, Erkenntnistheorie und zur Philosophie des Parmenides. Mattes, Heidelberg. S. 95-114.
- Janus L (2020b) Texte zur pränatalen Dimension in der Psychotherapie. Mattes, Heidelberg.
- Janus L (2020c) Die Psychodynamik des Beginns der Geschichte des Individuums und der Geschichte der menschlichen Gesellschaften. In: Janus L, Egloff G, Reiss H, Kurth W (Hg.) Die weiblich-mütterlich Dimension und die kindheitliche Dimension im individuellen Leben und im Laufe der Menschheitsgeschichte. Mattes, Heidelberg. S. 17-44.
- Janus L (2021a) Mythos ist Erinnerung (s. den Text in diesem Band).
- Janus L (2021b) Psychodynamik der Mentalität der Helden in der Ilias (s. den Text in diesem Band).
- Janus L, Evertz K (2008) Kunst als kulturelles Bewusstsein vorgeburtlicher und geburtlicher Erfahrungen. Mattes, Heidelberg.

- Jaynes J (1993) Der Ursprung des Bewusstseins. Rowohlt, Reinbek bei Hamburg.
- Plaut A (1959) Historical and Cultural Aspects of the Uterus. *Annals of the New Academy of Science* 75: 389-411.
- Portmann A (1969) Fragmente zu einer Lehre vom Menschen. Schwabe, Basel.
- Raffai J (1991) Auf dem Weg zur neuen somato-psychoanalytischen Therapie der Schizophrenie. In: Helga Blazy (Hg.): Jenö Raffai-Gesammelte Aufsätze. Mattes, Heidelberg 2015. S. 11-24.
- Raffai J (2020) The Impact of Parental Conflict on the Intrauterine Realm. In: Evertz K, Janus L, Linder R (eds.) *Handbook of Prenatal and Perinatal Psychology*. Springer, New York. p. 599-610.
- Sansone A (2021) *Cultivating Mindfulness to Raise Children Who Thrive*. Routledge, London, New York.
- Schroth G (2020) Introduction to Prenatal Bonding. In: Evertz K, Janus L, Linder R (eds.) *Handbook of Prenatal and Perinatal Psychology*. Springer, New York. p. 595-598.
- Volz-Boers U (2014) Väter in der Bindungsanalyse. „Und am Anfang riesige Räume“. *Berichte aus dem intrauterinen Raum*.